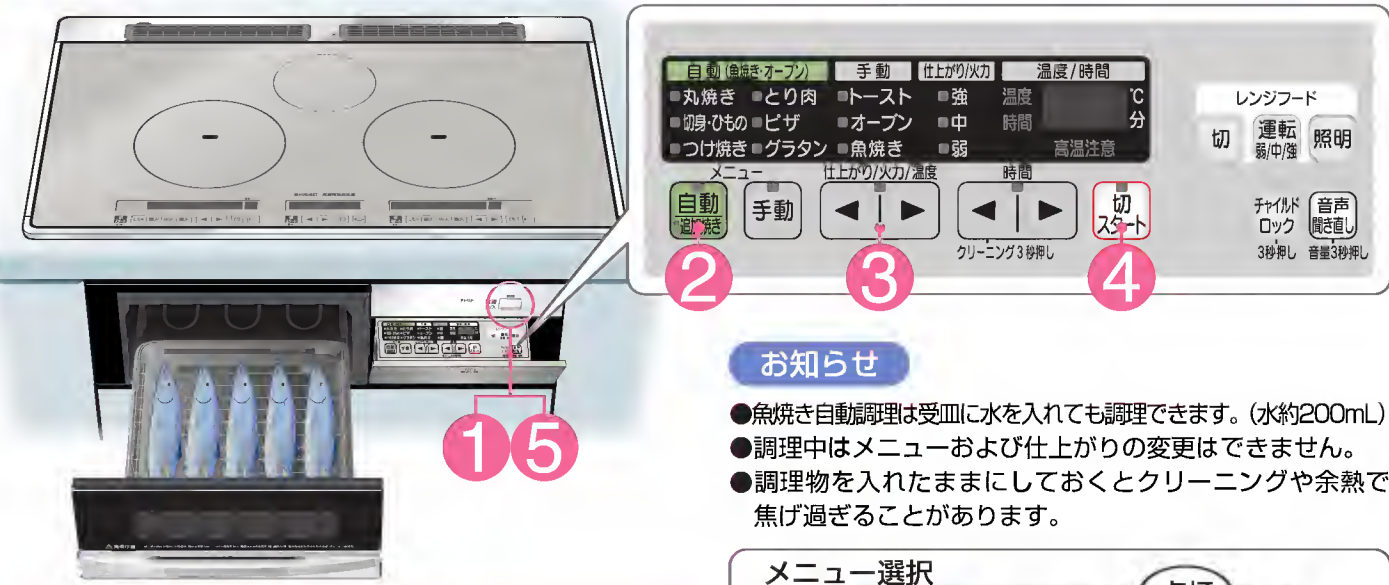


オーブンで調理をする (つづき)

自動調理をする



- 準備** 材料を焼網の上に載せ、オーブンドアを確実に閉める。前面操作パネルを開く
- 1** 電源切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、電源を入れる (ランプが点灯します)
- 2** を押し、希望のメニューのランプを点灯させる
- 3** 仕上がり/火力/温度 を押し、材料に適した仕上がり設定する
- 4** を押し、**通電する**
メロディーが鳴ったら終了です。
調理物を取り出します
- 5** 続けて使わないときは
電源切/入 を押し、**電源を切る**
(ランプが消灯します)

お知らせ

- 魚焼き自動調理は受皿に水を入れても調理できます。(水約200mL)
- 調理中はメニューおよび仕上りの変更はできません。
- 調理物を入れたままにしておくでクリーニングや余熱で焦げ過ぎることがあります。

メニュー選択

点灯

解除

仕上がり設定

弱め 標準 強め

●時間表示に「」と表示され、途中から調理の残時間を表示します。

●調理が終了すると約5分間、自動的にヒーターのクリーニング (表示) を行い、 のランプが点滅します。(ヒーターを加熱してヒーターに付着した脂分を焼き切ります。) 焼きが足りないときは、追加焼きで様子を見ながら、さらに焼いてください。(→P.34)

●ヒーターのクリーニングを途中で終了したい場合は、 を押してください。

●庫内の温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。

自動調理の目安

調理物に合わせてメニューと仕上がりを選んでください。
※ [] は1尾(切れ・枚・本)あたりの重さです。() は調理時間の目安です。目安を基準にして、大きさや数によって仕上がりを選んでください。

メニュー	つけ焼き			切身・ひもの			丸焼き		
	弱	中	強	弱	中	強	弱	中	強
魚焼き自動調理の目安	※自動調理の焼きあげ強さは、「つけ焼き」<「切身・ひもの」<「丸焼き」の順に強くなっています。								
	ぶりのつけ焼き (しょうゆ漬け) [約100g] 5切れ (約15~17分)			さんまの一夜干し [約110g] 2枚 (約16~18分)			さんまの塩焼き [約180g] 1~5尾 (1尾約14~16分) (5尾約18~19分)		
	さわらの西京漬け (みそ漬け、かす漬け) [約80g] 5切れ (約15~17分)			はたはた [約25g] 5尾 (約12~15分)			塩さんま (塩蔵品) [約180g] 1~5尾 (1尾約11~13分) (5尾約14~16分)		
	焼きとり (たれ焼き) [1本 約50g] 8本 (約13~16分)			さんまの塩焼き (はらわたなし) [約180g] 5尾 (約18~19分)			あじの塩焼き [約130g~180g] 1~5尾 (1尾約14~16分) (5尾約18~19分)		
				めざし [約25~30g] 5尾 (約12~15分)			はたはた (生) [約30g] 5尾 (約13~16分)		
				さばの切身 [約80~100g] 5切れ (約16~18分)			いさき [約230g] 2尾 (約16~19分)		
オープン自動調理の目安				ししゃも [約20g] 5尾 (約11~13分)			鯛の塩焼き [約200~400g] 1尾 (約14~17分)		
				あじの開き [約100g] 2枚 (約15~16分)			鯛の塩焼き [約400g以上] 1尾 (約17~23分)		


※ [] は1枚(皿・本)あたりの重さです。() は調理時間の目安です。目安を基準にして、大きさや数によって仕上がりを選んでください。

メニュー	ピザ			グラタン			とり肉		
	弱	中	強	弱	中	強	弱	中	強
オープン自動調理の目安	※自動調理の焼きあげ強さは、「ピザ」<「グラタン」<「とり肉」の順に強くなっています。								
	冷凍ピザ [1枚 直径約26cm 約300g] 1枚 (約10~13分)			冷凍グラタン [1皿 約240g] 2皿 (約22~25分)			鶏手羽先のつけ焼き [1本 約60g] 6~8本 (約20~23分)		
	冷蔵ピザ [1枚 直径約26cm 約300g] 1枚 (約10~13分)			手作リグラタン [1皿 約240g] 2皿 (約15~18分)			鶏のハーブ焼き [1枚 約250g] 1~2枚 (約16~20分)		
	手作リピザ [1枚 直径約26cm 約300g] 1枚 (約14~17分)						ローストビーフ [1本 約300g] 1本 (約16~20分)		
オープン自動調理の目安							ピリ辛ウィング [1本 約60g] 6~8本 (約19~21分)		
							焼きとり (塩焼き) [1本 約50g] 8本 (約14~17分)		
オープン自動調理の目安							骨付きもも (塩) [1本 約200g] 2本 (約17~20分)		

オープンで調理をする(自動調理をする) / 自動調理の目安

オーブンで調理をする (つづき)

手動のトースト・魚焼き調理をする



1 7

準備 材料を焼網の上に載せ、オーブンドアを確実に閉める。前面操作パネルを開く

1 電源切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、電源を入れる (ランプが点灯します)

2 手動 を押し、希望のメニューのランプを点灯させる

3 仕上がり/火力/温度 を押し、材料に合わせて火力を設定する
●トーストには火力の設定はありません。

4 時間 を押し、時間を設定する
●設定できる最大時間
トースト▶10分 魚焼き▶30分

5 切スタート を押し、通電する

6 調理が終わったら 切スタート を押し、通電を切る

7 続けて使わないときは 電源切/入 を押し、電源を切る (ランプが消灯します)

お知らせ

- 魚焼き調理は、受皿に水を入れても調理できます。(水約200mL)
- トーストを連続して焼く場合は、約4分を目安に様子を見ながら調理してください。

メニュー選択

手動 トースト オープン 魚焼き
手動 トースト オープン 魚焼き
手動 トースト オープン 魚焼き
解除

オープン手動調理は▶P.32

火力設定 (魚焼き調理のみ)

弱め 標準 強め

●タイマーを使わない場合は、切スタート を押してください。
●途中でタイマーを中止するときは、もう一度 時間 を押し、時間を 00 に設定してください。
●設定した時間を変更したい場合は 時間 を押し、再度設定してください。

調理中はそばを離れず、調理の仕上がりに合わせて、調理時間を調節してください。






- 調理が終了すると約5分間、自動的にヒーターのクリーニング(表示)を行います。(魚焼き調理のみ)
- ヒーターのクリーニングを途中で終了したい場合は、切スタート を押してください。

●庫内の温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。

温度/時間 温度 時間 点滅 高温注意

手動調理の目安

材料に合わせてメニューと火力を選んでください。
※ [] は1枚(尾・はい)あたりの重さです。() は調理時間の目安です。目安を基準にして、大きさや数によって火力を選んでください。

メニュー	魚焼き手動 (自動で焼けないもの)		
	弱	中	強
調理例		 小あじのみりん干し [1枚 約20~40g] 小6枚 (約5~10分)	 さんまのみりん干し [約80~160g] 中2枚 (約6~10分)
		 スルメ [1枚 約70g] 1枚 (約3~5分)	 うるめいわし丸干し [1尾 約10~15g] 5~10尾 (約5~10分)
			 いかのつけ焼き [1はい 約250g] 2はい (約10~16分)


※ () は調理時間の目安です。目安を基準にして、大きさや数によって時間を選んでください。

メニュー	トースト		
調理例	 4枚切 (厚み約30mm) 1~2枚 (約6~7分)	 6枚切 (厚み約20mm) 1~2枚 (約6~7分)	 8枚切 (厚み約15mm) 1~2枚 (約6~7分)

オーブンで調理をする(手動のトースト・魚焼き調理をする/手動調理の目安)

オーブンで調理をする (つづき)

手動のオーブン調理をする



1 2 3 4 5 6 7

準備 材料を焼網の上に載せ、オーブンドアを確実に閉める。前面操作パネルを開く

1 電源切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、電源を入れる (ランプが点灯します)

2 手動 を押し、「オーブン」の位置にランプを点灯させる

3 仕上がり/火力/温度 を押し、メニューに合わせて温度を設定する

4 時間 を押し、時間を設定する

●設定できる最大時間
オーブン▶30分

5 切スタート を押し、通電する

6 調理が終わったら 切スタート を押し、通電を切る

7 続けて使わないときは 電源切/入 を押し、電源を切る (ランプが消灯します)

お願い

●オーブン調理は受皿に水を入れないでください。

メニュー選択

手動 トースト 手動 トースト 手動 トースト 解除

トースト・魚焼き手動調理は▶P.30

温度設定

140 160 180 190 200 210 220 240 260 280

●タイマーを使わない場合は、切スタート を押してください。

●途中でタイマーを中止するときは、もう一度 時間 を押して、時間を 30 に設定してください。

●設定した時間を変更したい場合は 時間 を押して再度設定してください。

調理中はそばを離れず、調理の仕上がりに合わせて、調理時間を調節してください。

●調理が終了すると約5分間、自動的にヒーターのクリーニング (点滅表示) を行います。









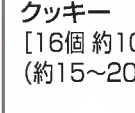
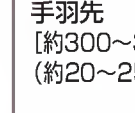
●ヒーターのクリーニングを途中で終了したい場合は、切スタート を押してください。

●庫内の温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。

点滅 高温注意

温度調節の目安

※ [] は分量です。() は調理時間の目安です。温度設定は調理時の目安です。材料により異なります。

140	160	180	190	200	210	220	240	260	280
									
焼きプリン [直径約7.5×4cmの スフレ型 6個] (約28～30分)	フライ温め [1皿 約100～300g] (約12～18分)		ピザ(冷蔵・冷凍・手作り) [約280～330g] (約13～18分)		野菜のグラタン(手作り) [直径約22cm皿] (約20～30分)		パエリア [直径約24cm皿] (約30分)		
	ハンバーグあたため [約160～200g] (約16～20分)				ピリ辛ウイング [約340～380g] (約20～25分)		さつま揚げ [約160～200g] (約12～15分)		
	クッキー [16個 約100～120g] (約15～20分)				手羽先 [約300～350g] (約20～25分)		鶏のハーブ焼き [約240～280g] (約22～25分)		
					冷凍グラタン [2皿] (約20～25分)		焼きビーマン [2個 約120～150g] (約18～20分)		
							焼きなす [3個 約180～220g] (約18～20分)		
									
ブラウニー [約18×18cm] (約30分)	冷凍焼きおにぎりの あたため [4～6個 約180～320g] (約20～25分)		アップルパイ [直径約18～23cm皿] (約25～30分)		焼きおにぎり [1個 約80gのもの 4～6個] (約8～12分)		ホイル焼き [2個分 約380～420g] (約23～27分)		
マドレーヌ [4～6個分] (約12～20分)	焼き豚 [約280～320g] (約30分)				厚揚げ [約200～300g] (約16～20分)		フレンチトースト [約180～220g] (約15～20分)		
チョコチップケーキ [約240～280g] (約15～18分)					焼きいも [2個 約450～500g] (約25～30分)		ピザトースト [約180～220g] (約14～18分)		
					ラムチョップ [約340～380g] (約20～25分)				

オーブンで調理をする(手動のオーブン調理をする/温度調節の目安)